



GYMNASIUM CÄCILIENSCHULE OLDENBURG (OLDB)
 unesco - projekt - schule
 STOFFVERTEILUNGSPLAN SPORT, Stand 02.2008

Lernfelder	Klasse 5	D ¹⁾	Klasse 6	D	Klasse 7	D	Klasse 8	D	Klasse 9	D	Klasse 10	D
Spielen	Kleine Spiele (Schuljahreseinstieg)	3	Unihockey*	5	Handball*	5	Basketball*	5	Volleyball*	5	Streetball*	5
	Korbball*	5	Fußball	4	Rückschlagspiele	4	Hockey	4	Ultimate Frisbee o.ä.	4	Rückschlagspiel oder Hockey	4
Schwimmen, Tauchen, Wasserspringen	Brustschwimmen, Tauchen, Rückenschwimmen	10	Kraulen, Tauchen, Sprünge	10		3		3		3		3
Turnen und Bewegungskünste	Rollen und Balancieren: Gerätebahnen	4	„Kopfüber“ am Boden und Geräten	4	Turnen mit Minitrampolin (Synchronsprünge)	3	Springen (Stützbewegungen; Sprungbrett, Abgänge von Geräten)	4	Überschlags- Bewegungen Synchron an Geräten	4	Entwickeln und präsentieren einer Kür an Boden oder Gerät (Partnerkür)	5
			Partnerakrobatik	2	Jonglieren, Kunststücke mit Materialien	3					Akrobatik in der Gruppe	4
Gymnastisches und tänzerisches Bewegen	Seilspringen, Gymnastik mit Ball	3	Rhythmusschulung, Bewegen nach Musik	3	Einführung Stepaerobic, Präsentation einer Übungsabfolge	4	Entwickeln einer Gruppenchoreografie	4	Fitness, Funktions- gymnastik	5	Partner- oder Gruppenchoreografie	4
Laufen, Springen, Werfen	Laufen (Sprintsprünge, 15min.-Lauf) Werfen mit verschiedenen Wurfgeräten Weitspringen	5	Laufen (50m Sprint, 25min.-Lauf) Hochspringen mit dem Schersprung	5	Leichtathletischer Dreikampf	4	Laufen (75m, Tiefstart in Grobform, Staffelläufe, 30min- Lauf) Weit und hoch springen	5	Hürdensprint, Rundenstaffeln mit Wechselzone Kugelstoßen	5	Laufen (100m, Mittelstrecke)	5
											Hochsprungvariationen	
Rollen, Gleiten												
Kämpfen	Kampfsprünge, Sumo	3										
Summe¹⁾		33		33		25		25		29		30

*) Turniersportarten, am Ende des 1. Hj. anzusiedeln, da Ende Januar die Turniere stattfinden.

¹⁾ Gesamtstundenzahl je Schuljahr etwa 40 Dstd. (D), die Differenzstunden bieten Zeit für freie Gestaltung